



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## FIRINDA MANTARLI TAVUK

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

6 adettavuk but  
300gr. mantar  
3 diş sarımsak  
1 tutam tuz  
1 tutam karabiber  
1 tutam toz tatlı biber  
2 dal taze biberiye  
2 yemek kaşığı zeytinyağı

Fırını 175 derece, fansız programa ayarlayın.

Döküm tavanızın içini ölçülü zeytinyağı ile peçete yardımı ile yağlayın.

Tavukları yıkayın ve temizleyin.

Havuç ve soğanları gelişigüzel iri iri doğrayın.

Mantarları temizleyin ve bütün halde döküm tavanıza yerleştirin. Tavukları ve diğer sebzeleri de düzgünce yerleştirin.

Baharatları ve soya sosunu ekleyerek tavanın ağzını alüminyum folyo ile kapatın.

35-40 sonra yemeğiniz hazır.

